

Issue Brief

JEJU WOMEN & FAMILY RESEARCH INSTITUTE

[No.51]

발행처 : (재)제주여성가족연구원 | 발행일 : 2021. 2. 28 | 발행인 : 민무숙

코로나 블루와 제주지역 가족의 변화¹⁾

정 여 진 선임연구위원

1. 들어가며

- 우리나라는 2020년 1월 20일 코로나바이러스감염증-19(이하 코로나) 첫 확진자 발생 이후, 3월 22일 부터 사회적 거리두기 시행 등 강력한 조치를 시행해 오고 있음. 그러나 2월 대유행에 이어 8월과 11 월까지 세 번의 대유행이 이어지면서 1년이 지난 현재 누적확진자가 7만명을 초과하였고 사망자는 1,378명에 이르고 있음²⁾
- 이러한 긴장 상황 속에서 불안감과 걱정으로 인한 우울 등 심리적인 문제가 사회적으로 대두되고 있음. 코로나가 장기화 되면서 '코로나 블루'라는 신조어가 유행할만큼 우리 사회 구성원들의 정신건강에 적 신호가 켜진 상황임
- UN에서는 2020년 5월 발표한 보고서를 통해, 코로나로 인한 재난은 신체건강의 위기에서 시작하였지 만 적절한 조치를 취하지 않는다면 심각한 정신건강의 위기가 될 수 있다는 우려를 표명함³⁾

1) 본 내용은 (재)제주여성가족연구원의 정여진 · 손태주 · 선민정 · 이화진(2020) 「코로나19로 인한 제주여성의 삶과 가족의 변화」 연구보고서 중 제2장 가족분야의 데이터를 일부 재분석한 것임

2) 2021년 1월 27일 기준

3) 중앙정신건강복지사업지원단(2020). UN에서 말하는 코로나19와 정신건강. 정신건강동향 vol.18



제주여성가족연구원
JEJU WOMEN & FAMILY RESEARCH INSTITUTE

63145 제주특별자치도 제주시 연오로 89(연동) 2층
T.(064)720-4912 F.(064)711-2349 www.jewfri.kr



특히 여성을 특별한 관심을 두어야 할 인구집단에 포함시키고 있음에 주목할 필요가 있음. 전문가들은 코로나로 인한 심리적 어려움은 가족간 갈등을 더욱 심화시킬 수 있으며 나아가 가정폭력에도 영향을 미칠 것으로 예상하고 있음. UN에 따르면, 가난한 나라나 작은 집에 사는 여성일수록 가정폭력을 신고하기 어려운 환경에 처한다고 함⁴⁾

- 본 연구는 코로나19로 인한 제주 도민의 정서와 가족생활의 변화를 실태조사 결과 분석을 통해 진단하고, 이를 토대로 정책적 시사점을 제안하고자 함

2. 코로나19로 인한 정서적 변화

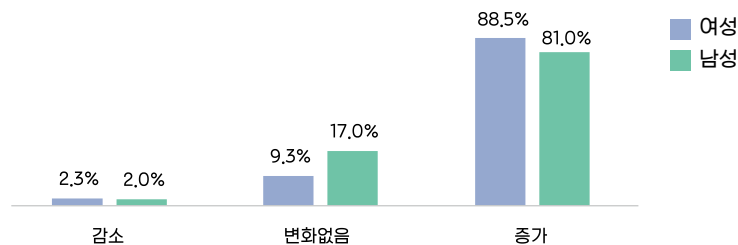
■ 조사개요

- 제주도민을 대상으로 2020년 7월 16일 ~ 8월 2일 사이에 온라인 설문조사를 실시하였음. 응답자는 총 1,018명이며, 여성 90.2%(918명) 남성 9.8%(100명)임. 연령대는 40대가 45.9%로 가장 많고, 30대 36%, 50대 11.5%, 20대 6.1% 순으로 나타남. 성별로도 여성과 남성 모두 40대, 30대, 50대 순임

■ 걱정이나 두려움

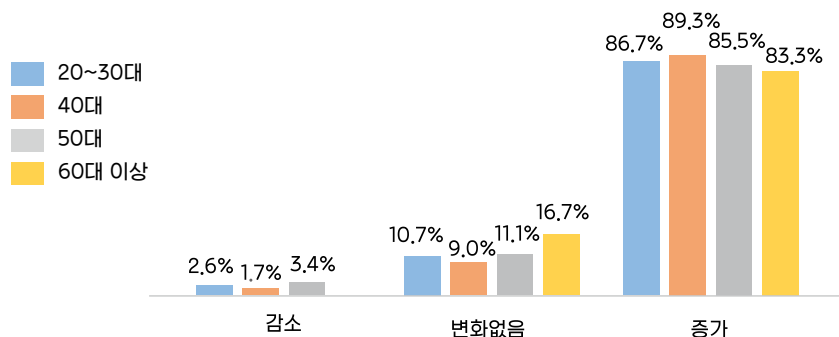
- 현재 느끼는 걱정이나 두려움의 정도가 코로나 전과 비교해서 어떻게 변화했는지에 대해 조사한 결과, 전체 응답자의 87.7%가 증가한 것으로 응답함
- 성별로 살펴보면, 여성은 88.5% 남성은 81.0%로, 여성이 남성보다 코로나로 인한 걱정이나 두려움이 더 많이 증가한 것으로 나타남

[그림 1] 코로나 전후 걱정·두려움의 변화 - 성별



- 연령별로 살펴보면, 코로나 전보다 걱정이나 두려움이 증가한 비율은 40대가 89.3%로 가장 높고 그 다음으로 20~30대, 50대, 60대 이상 순으로 나타남

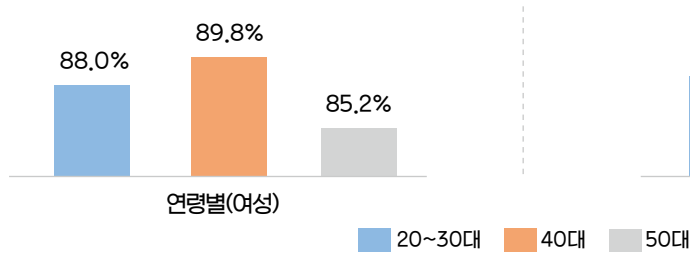
[그림 2] 코로나 전후 걱정·두려움의 변화 - 연령별



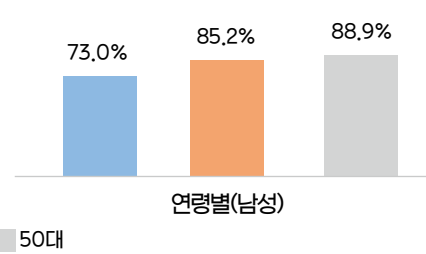
4) '코로나19 : 가정폭력에 시달리는 여성들에게 자가격리란?', BBC News 코리아(2020.4.1일자)

- **걱정이나 두려움이 증가했다는 응답을 연령과 성별을 교차하여 살펴보면**, 여성의 경우는 40대가 89.8%로 가장 높고 그 다음으로 20~30대, 50대 순이며 남성은 50대가 88.9%로 가장 높고 그 다음으로 40대, 20~30대 순으로 나타남
- 코로나 전보다 **걱정이나 두려움이 증가한 비율이** 20~30대 여성은 88%인데 반해 남성은 73%로 15%p의 격차가 나타나고 있음. 20~30대 여성들은 동년배 집단 남성들보다 코로나로 인하여 걱정이나 두려움이 훨씬 크게 증가한 것을 알 수 있음

[그림 3] 코로나 전후 걱정·두려움 증가



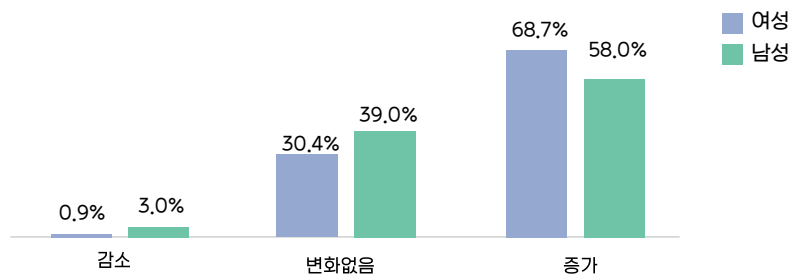
[그림 4] 코로나 전후 걱정·두려움 증가



■ 우울

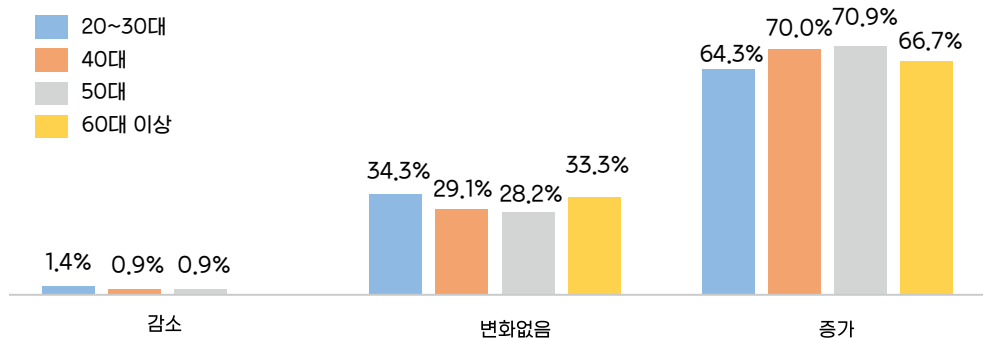
- 현재 느끼는 **우울의 정도가 코로나 전과 비교해서 어떻게 변화했는지**에 대해 조사한 결과, 전체 응답자의 67.7%가 증가하였다고 응답함
- **성별로 살펴보면**, 여성은 68.7% 남성은 58%로 여성들이 남성들보다 코로나로 인한 우울이 더 많이 증가한 것으로 나타남

[그림 5] 코로나 전후 우울의 변화 - 성별



- **연령별로 살펴보면**, 코로나 전보다 우울이 증가한 비율은 50대가 70.9%로 가장 높고 그 다음으로 40대, 60대 이상, 20~30대 순으로 나타남

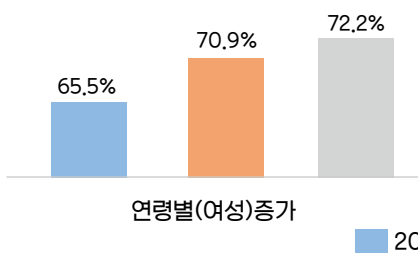
[그림 6] 코로나 전후 우울의 변화 - 연령별



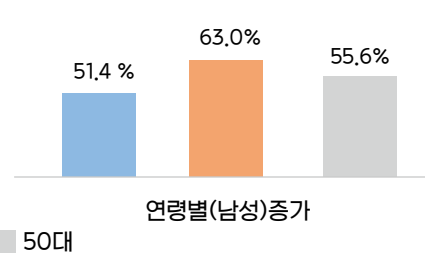


- **우울이 증가했다는 응답을 연령과 성별을 교차하여 살펴보면**, 여성의 경우는 50대가 72.2%로 가장 높고 그 다음으로 40대, 20~30대 순이며 남성은 40대가 63.0%로 가장 높고 그 다음으로 50대, 20~30대 순으로 나타남
- 코로나 전보다 **우울이 증가한 비율**이 20~30대 여성은 65.5%인데 반해 남성은 51.4%로 14.1%p의 격차가 있으며, 50대는 여성은 72.2%이고 남성은 55.6%로 16.6%p의 격차가 나타남. **20~30대와 50대 여성들은 동년배 집단 남성들보다 코로나로 인하여 우울이 훨씬 크게 증가한 것을 알 수 있음**

[그림 7] 코로나 전후 우울의 증가



[그림 8] 코로나 전후 우울의 증가



3. 코로나19로 인한 가족 내 변화

■ 조사개요

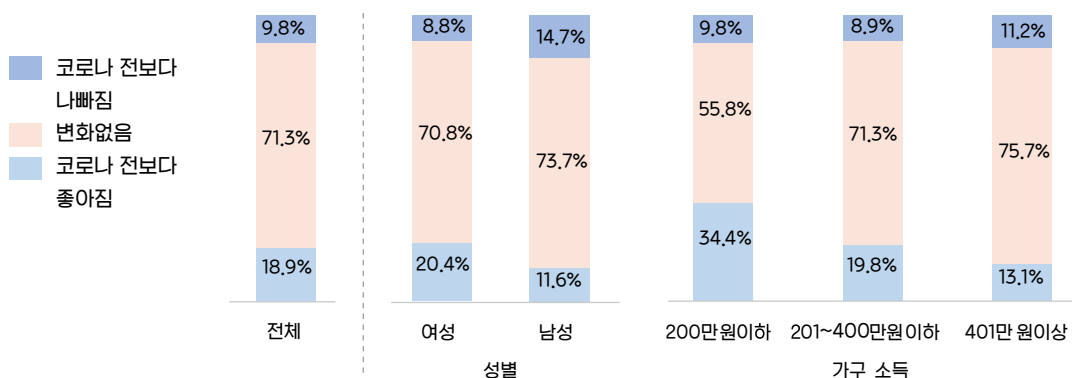
- 응답자는 총 585명이며, 제주지역에 1년 이상 거주하고 있는 자녀가 있는 기혼자임. 여성 82.9%(485명) 남성 17.1%(100명)임. 응답자 연령대는 40대가 48.4%로 가장 많고, 20~30대가 45%, 50대 이상이 6.7%임. 맞벌이 여부는 '그렇다' 53.3%, '아니다' 42.4%이고, 가구소득은 '200만원 이하' 13.2%, '201~400만원 이하' 51.6%, '401만원 이상' 35.2%로 나타남

■ 가족관계 변화

- **(배우자와의 관계)** 코로나 전과 비교했을 때 현재 응답자와 배우자와의 관계에서 변화를 조사한 결과, 코로나 전보다 나빠졌다(18.9%)는 응답이 좋아졌다(9.8%)는 응답보다 두배 가량 높게 나타남. 성별로는 남성에 비해 여성이 나빠졌다는 응답이 8.8%p 높고, 가구 소득별로는 '401만원 이상' 가구에 비해 '200만원 이하' 가구가 나빠졌다는 응답이 21.3%p 높게 나타남

- 배우자와의 관계가 나빠진 이유는 맞벌이 가족은 '가정경제의 어려움으로 인한 갈등' 과 '가사노동의 급증'이 높고, 비맞벌이 가족은 '코로나로 인한 외부 만남 감소' 와 '가정경제의 어려움으로 인한 갈등'이 높은 것으로 나타남

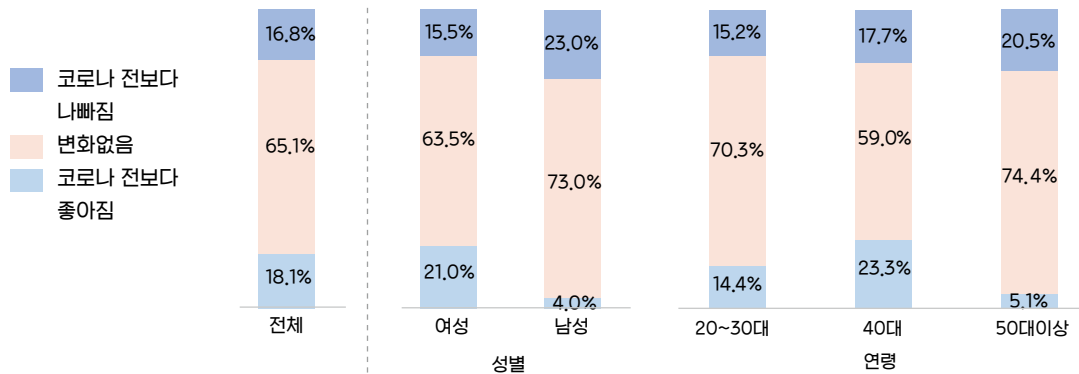
[그림 9] 배우자와의 관계 변화



- **(자녀와의 관계)** 코로나 전과 비교했을 때 현재 응답자와 자녀와의 관계에서 변화를 조사한 결과, 코로나 전보다 나빠졌다(18.1%)는 응답이 좋아졌다(16.8%)는 응답보다 약간 더 높게 나타남. 성별로는 여성이 남성보다 나빠졌다는 응답이 17%p 높게 나타났고 연령별로는 40대가 나빠졌다는 응답이 가장 높음

- 자녀와의 관계가 나빠진 이유는 ‘자녀의 컴퓨터, 휴대폰 과다 사용 문제로 인한 갈등’, ‘자녀의 식사 준비 등 가사노동 부담 증가’, ‘자녀의 불규칙한 생활습관’ 순으로 나타남

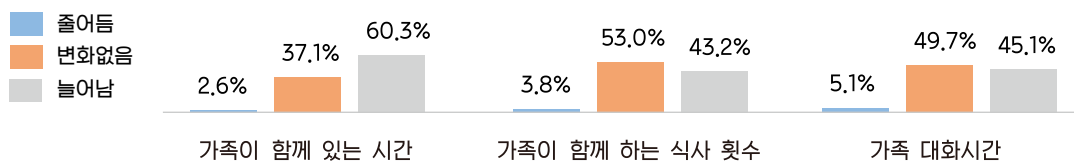
[그림 10] 자녀와의 관계 변화



■ 가족생활의 변화

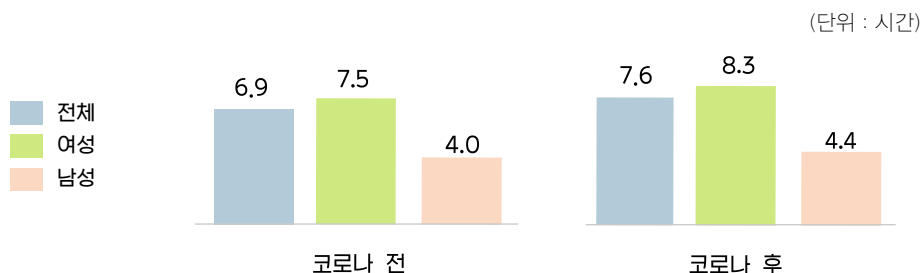
- **(가족이 함께 하는 시간 및 활동)** 코로나가 발생하기 전에 비해, 현재 하루 평균 ‘가족이 함께 있는 시간’, ‘가족이 함께 하는 식사 횟수’, ‘가족 대화 시간’이 어떻게 변화했는지를 조사한 결과 ‘가족이 함께 있는 시간’은 코로나 전에 비해 늘어났다는 응답이 60.3%로 가장 높게 나타남. ‘가족이 함께 하는 식사 횟수’와 ‘가족 대화 시간’은 ‘변화없음’이 가장 높게 나타남

[그림 11] 코로나로 인한 가족생활의 변화 - 시간, 식사, 대화



- **(가사노동 시간)** 코로나가 발생하기 전과 현재 각각에 대해 ‘자녀돌봄을 포함한 하루 평균 가사노동 시간’을 조사한 결과, 코로나 전 6.9시간 현재 7.6시간으로 나타남. 이를 성별로 살펴보면, 여성은 7.5시간에서 8.3시간으로 0.8시간 증가 남성은 4.0시간에서 4.4시간으로 0.4시간 증가한 것으로 나타남. 코로나 전과 후 모두 여성은 남성보다 가사노동 시간이 약 2배 정도 높은 것으로 보임

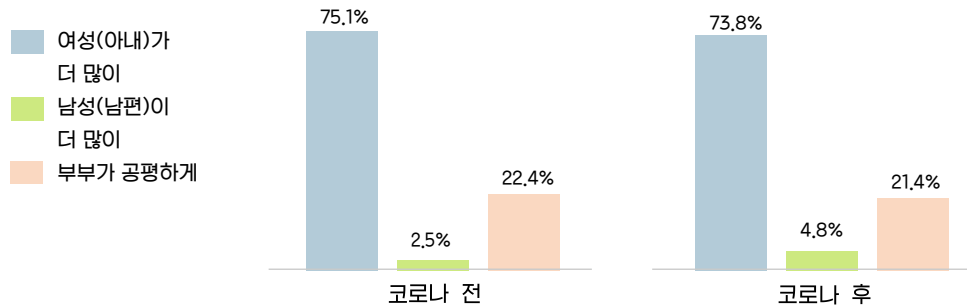
[그림 12] 코로나로 인한 가사노동 시간의 변화





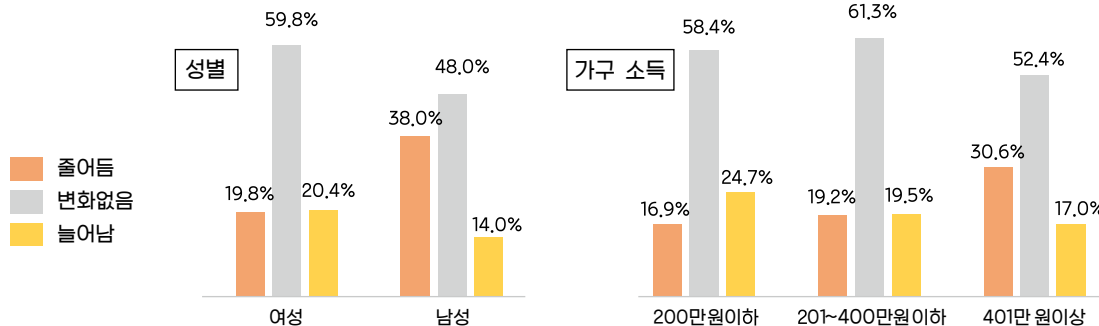
- **(가사노동 분담)** 코로나가 발생하기 전과 현재 각각에 대해 '가사노동 분담 정도'를 조사한 결과, 코로나 전과 현재 모두 '아내가 더 많이'가 가장 높고 그 다음으로는 '부부가 공평하게'로 나타남. 코로나로 인해 가족이 함께 있는 시간과 가사노동은 증가했지만 가사노동에 대한 책임은 대부분의 가정에서 아내에게 있으며 이에 대한 변화는 감지되지 않음

[그림 13] 코로나로 인한 가사노동 분담의 변화



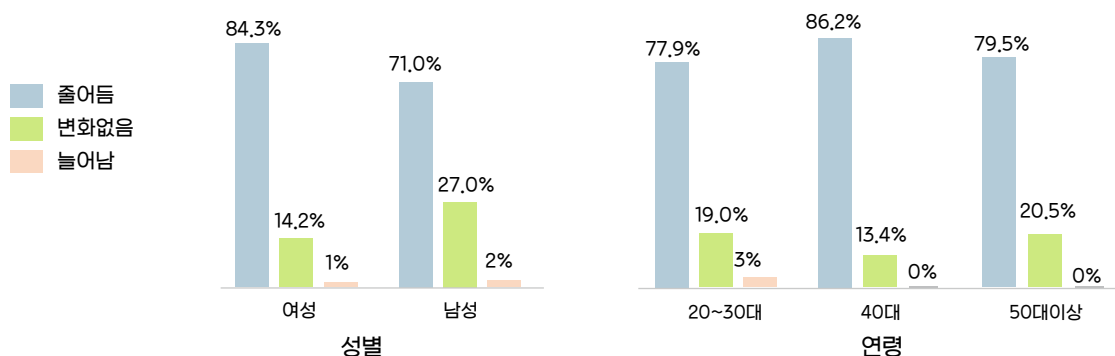
- **(음주 빈도)** 코로나가 발생하기 전에 비해 현재 '가족원의 음주빈도'의 변화여부를 조사한 결과, '변화없음'이 57.8%, '줄어듦'이 22.9%, '늘어남'이 19.3%로 나타남. 이는 성별과 가구소득에 따라 유의미한 차이가 있는데, 성별에 따라서는 여성은 늘었다(20.4%)는 응답이 줄었다(19.8%)는 응답보다 더 높고 남성은 반대로 줄었다(38.0%)는 응답이 늘었다(14.0%)는 응답보다 더 높음. 가구소득에 따라서는 '401만원 이상' 집단은 줄었다(30.6%)가 가장 높고 '200만원 이하' 집단은 늘었다(24.7%)는 응답이 가장 높음

[그림 14] 코로나로 인한 음주 빈도의 변화



- **(친구와의 만남 빈도)** 코로나가 발생하기 전과 비교했을 때, 현재 '친구와의 만남 빈도'를 조사한 결과 '줄어듦'이 82.1%, '변화없음'이 16.4%, '늘어남'이 1.5%로 나타남. 이는 성별과 연령에 따라 유의미한 차이가 있는데, 여성은 남성에 비해 '줄었다'는 응답이 더 높고 연령에 따라서는 40대가 '줄었다'는 응답이 가장 높음

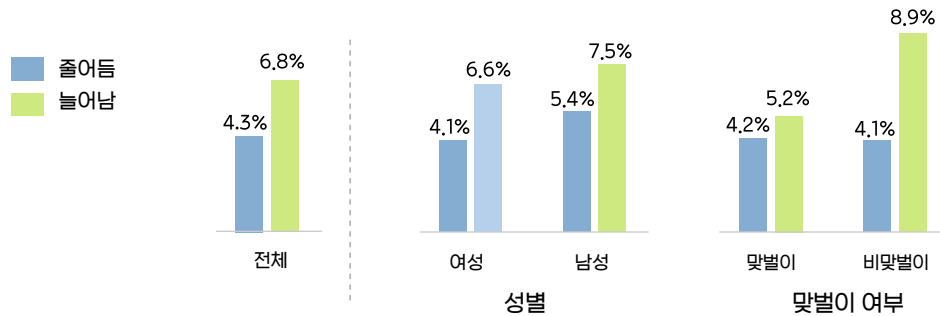
[그림 15] 코로나로 인한 친구와의 만남 빈도의 변화



■ 가족 내 폭력발생의 변화

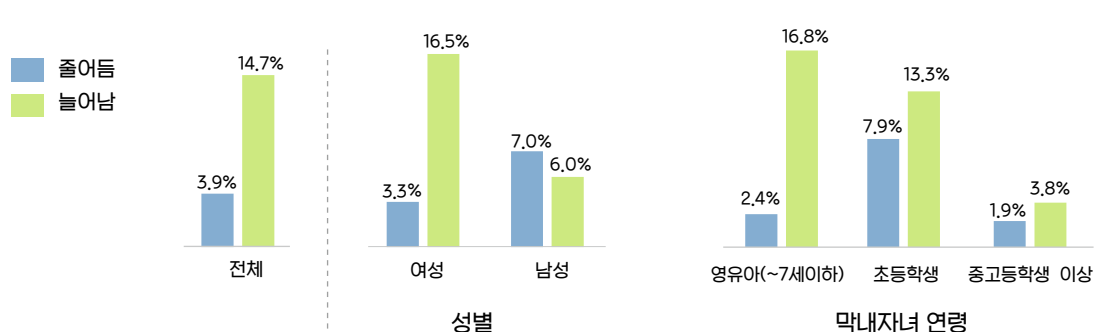
- **(부부폭력 발생 빈도)** 코로나가 발생하기 전과 비교했을 때 현재 부부 사이의 언어적, 정서적, 신체적 폭력 발생 빈도의 변화를 조사한 결과, 코로나 전보다 늘어났다(6.8%)는 응답이 줄었다(4.3%)는 응답보다 더 높게 나타남

[그림 16] 코로나 전과 비교한 부부폭력 발생 빈도 변화



- **(자녀에 대한 폭력 발생 빈도)** 코로나가 발생하기 전과 비교했을 때 현재 자녀에 대한 언어적, 정서적, 신체적 폭력 발생 빈도의 변화를 조사한 결과, 코로나 전보다 늘어났다(14.7%)는 응답이 줄었다(3.9%)는 응답보다 네배 가량 높게 나타남. 이를 성별에 따라 살펴보면, 여성이 남성보다 늘어났다(16.5%)는 응답이 더 높음. 막내자녀 연령에 따라서는, 자녀의 연령이 어린 집단일수록 폭력발생 빈도가 늘어난 것으로 보임

[그림 17] 코로나 전과 비교한 자녀에 대한 폭력 발생 빈도 변화



4. 논의 및 시사점

■ 마음 방역 체계 구축

- 코로나가 야기한 걱정과 우울감은 향후 코로나 상황이 지속될 경우 우울증이나 무기력감, 자살 등으로 더욱 심화될 수 있기 때문에 적극적인 사회적 개입이 필요함
- 서울시의 경우 전체 자살자 수는 지난해와 비슷하지만 성별로 보면 남성은 줄고 여성은 7.1% 늘었는데, 연령별로는 20~30대 여성이 많고 20대 여성 자살자는 지난해 같은 기간의 4배가 넘는 것으로 나타남⁵⁾
 - 이는 취약한 직업, 양육 부담 등으로 해석될 수 있으며, 사회·경제적 지지 기반이 취약할수록 우울감은 극단적인 선택으로 나빠지기 쉬운 것은 주지의 사실임
 - 코로나로 인한 우울감 등 마음 방역은 가장 취약한 집단부터 핀셋정책이 수립되어야 할 것으로 보임

5) SBS 8시 뉴스, "코로나 블루, 수도권 2030 여성에게 재앙", 2020.9.9



- 이에 재난회복을 위한 심리지원단 상시 운영 체계를 구축할 필요가 있음. 광역정신건강복지센터가 컨트롤 타워 역할을 하고, 기초 정신건강복지센터가 지역 내 의료기관, 민간 심리상담 기관 등과의 협업 체계 구축하여 각종 재난 및 사회적 위기 발생 시 도민의 심리적·정신적 문제에 대처하는 역할을 수행하도록 함
- 아울러 20~30대를 주 타겟으로 하는 화상 명상 프로그램 보급, 우울 자가진단 키트 및 예방 홍보물 배포 등 마음방역 캠페인을 추진하고, 시민연대 의식 제고 사업의 일환으로 고립과 우울감 극복하기 위한 “사회적 관계 맺기” 캠페인 및 SNS 이벤트를 추진하는 것을 제안함

■ 긍정적 가족관계 형성을 위한 다양한 프로그램 개발 및 제공

- 코로나로 인해 가족이 함께 있는 시간 증가와 외부 활동 제한으로 인해, 가족 내 갈등과 스트레스가 높아져 가는 상황임. 따라서 가족이 어떻게 소통하는지에 대한 상호작용 증진 프로그램 및 자녀의 연령에 따라 스스로 활동하고 그 결과를 가족과 공유하는 형태의 체험 활동 등이 필요함
- 아울러 가족간 심리적 관계에서 개인적 영역을 최대한 인정하고 확보하는 것이 필요할 것으로 보임. 심리적 영역 확보 방안으로는 가정에서 할 수 있는 구체적이고 집중적인 활동을 늘리는 것이 제안될 수 있음. 이를 위해 가족간 관계 및 소통 증진을 위한 가족체험 키트 활용 프로그램 제공, 홈트레이닝, 요리, DIY 등 실내 신체 활동 증진 및 취미 프로그램 제공, 가족놀이용품 및 가정학습 자료 드라이브 스루 제공, 공공도서관 스마트 콘텐츠 제공 확대 등을 제안함
- 가족들이 오래 함께 실내에 있으면서 야기되는 스트레스 해소를 위한 가족 대상 야외 여가활동 프로그램 확대도 필요함. 오름이나 꽃자왈 등 제주의 자연환경을 활용한 야외 프로그램 확대, 자동차 극장을 활용한 문화 공연 혹은 영화 제공 프로그램 확대, 산책·러닝 등 비대면적 여가활동을 위한 도민 활동 공간 확충 및 재정비 등이 고려될 필요가 있음

■ 가족갈등 해소와 스트레스 완화를 위한 상담 및 교육 지원 강화

- 코로나로 인한 가족 간 소통의 어려움을 해결하기 위해서는 소규모 찾아가는 부모교육 사업을 지역 내에서 확대할 필요가 있음. 질의응답형, 토의형, 집단상담형 등 다양한 유형의 부모교육을 제공하는 것과 더불어 인터넷과 모바일 등 다양한 채널을 이용한 부모교육 방법을 적극적으로 모색해야 함. 특히 자녀들의 인터넷 및 스마트폰 과다 사용, 게임 과몰입 등을 해소하기 위해 부모를 대상으로는 온라인 관리 역량강화 교육을 제공하고, 자녀들을 위해서는 중독 자가 체크리스트 보급 등과 함께 교육과 상담이 병행되어야 할 것임
- 한편 코로나 피난처가 되어버린 가족에서 발생하는 다양한 문제는 사회 불안과 함께 심리적, 기능적 측면에서 가족을 위협하고 있음. 특히 코로나 위기상황에서의 가정폭력과 아동학대의 문제에 대한 대응이 강조될 필요가 있음. 이를 위해서는 온라인 실시간 상담, 카톡 상담, 찾아가는 상담 등 다양한 가족갈등 및 폭력 관련 상담 방법 도입이 필요함. 또한 모바일 스트레스 및 정서 검사 지원 등도 필요할 것으로 보임

■ 취약가구에 대한 통합 지원 서비스 우선 제공

- 한부모, 조손가족 등은 코로나로 인한 사회적 거리두기, 온라인 학습 등의 사회적·제도적 변화에 대한 적응이 탄력적이지 못할 가능성이 높고, 이로 인해 자녀 학습 격차, 결식 및 영양 불균형 등이 점차 심화되고 있음. 이에 자녀의 온라인 학습지원을 위한 학습 도우미 파견 확대, 취약계층 ICT 환경 지원, 디지털 활용 교육 강화, 기존 가족 역량강화 지원사업 서비스 우선 제공 등의 적극 지원이 필요할 것으로 보임
- 재난위기상황에서의 다문화가족, 1인가구의 취약성에 대한 부분에 대해서도 앞으로 검토가 필요할 것으로 보임. 특히 독거노인의 경우 이번 코로나 위기에서 정보에서 마저 가장 소외된 계층이기도 함. 향후 오프라인 중심의 방문형 복지서비스의 대안을 마련하는 등 복지전달체계 개선을 통한 사회적 안전망을 강화할 필요가 있음